

تزايد عدد الاسرائيليين الذين

يدرسون بالمانيا الغربية على نفقة حكومتها

القدس - حل امس السيد اريه غورال ، المدير العام لوزارة العمل شرف على معرض برلين الذي يعرض الوسائل التي بواسطتها اعادة بناء برلين منذ الحرب العالمية الثانية والخطط التي ستتخذ لزيادة من اعمار المدينة .

وقد اقترح بعض الاسرائيليين الذين يكملون تعليمهم في المانيا الغربية اقامة المرحى في اسرائيل بغرض عرض اثار الاجتثاث التكنولوجية . وقد اقيم المعرض بالمثل في اربع مدن اسرائيلية وذلك على نفقة حكومة بون .

وصرح السيد دافيد سيلورا ، مدير قسم اكمال التعليم العالي في الخارج بانه منذ عام ١٩٧٠ ، يقوم الاسرائيليون عيدين بكامل تعليمهم في المانيا الغربية وذلك على نفقة حكومة بون . وقد قدمت الحكومة الالمانية الغربية هذا العام منحاً بقيمة ١٠٠ الف مارك لاكمال التعليم في احدى الصناعات . وهذا يعني لاكمال تعليم علوم ، تخصصاً في تكنولوجيا ذلك على ضوء التقدم في المانيا الغربية خلال الايام الماضية .

وتكرت مصادر وزارة العمل ان هذه الدورات التعليمية للاسرائيليين في الخارج أصبحت ضرورية من اجل الاطلاع ودراسة اثار الاجتثاث العلمية والتكنولوجية وذلك على ضوء التقدم في المانيا الغربية في السوق الأوروبية .

انماذج اسرائيل في السوق الأوروبية المتقدمة . وقد انتهت تجارب الماضي على ان الاسرائيليين الذين اكملوا تعليمهم في الخارج قد ساهموا كثيراً في تقدم المشاريع المختلفة في البلاد وخاصة في زيادة نجاح الانتاج وزيادة حجم الصادرات .

أعمال وقاية لعمال

المناطق العاملين باسرائيل

غزة - من بسم الشوا - أعلن القطاع الرسمي بكتبة الاستخدام في غزة انه قد بدأت اعمال الوقاية في داخل اسرائيل للعمال العرب وشملت ١٢٥ مصنعا منتجا خلافاً لـ ١٣٥ مصنعة حضرها ٧ آلاف عامل وعاملة . وقد وزع أثناء هذه المحاضرات ٢٥٠٠ كتيب وقائي تشمل جميع اصنام العمل في القطاع . كما أصدرت حديثاً مجلة شهرية للعمال في اثناء المحاضرات المختلفة لعرض مشاكلهم ومقترحاتهم داخل مصانعهم .

ولفت اصحاب العمل بين عمال المناطق الادارة في احدى الايام ٢٠٠٠ اصنام من نوع التوضيحات للعمالين حيث بلغت ٢٠ مليون ليرة . ويصرف في الوقت الحاضر للعمالين من العمل والتي يبلغ عددهم ٣٠٠٠ شخص رواتب شهرية تدفع بواسطة التلبن القومي .

تفريم منهم باختيار

نخل عن وزارة المعارف

القدس - اذات محكمة الصلح في الضفة الغربية أحد سكان كفر قرع في المثلث الشمالي ، ويقيم معطى أحد ابناء راشد ، بناء على اعترافه ، بتقديم تقرير كتيب من حقله لوزارة المعارف لغرض الحصول على تخفيض اجور التعليم المدرسية لانه .

وقد حكم عليه بدفع غرامة مقدارها الف ليرة او بالسجن بجلد لمدة شهر . وقد فكر المتهم في التفرغ من حقله انه صاحب حانوت وان دخله السنوي يبلغ حوالي ١٢ الف ليرة ، اعتاداً الى تقرير ضريبة الدخل . غير انه لتسليم من الضريبة التي قامت به شركة تحقيق نعمل لحساب وزارة المعارف ، انه قد اخفى مصادر دخل اخرى بحوزته مثل مائة تجارية وكروم زيتون يوزع قسماً منها .

ميدالية استرالية

لربي نخل اسراييلي

كفار سابا - عتيم - منح مربي نخل اسراييلي من موشاب جان جيم قرب كفار سابا ، ميدالية ذهبية من مؤثر مربي النخل الذي ينفذ في مدينة ايليا في استراليا .

وقد منح مربي النخل الاسراييلي الميدالية تقديراً لاجتهاده في مجال تربية النخل ، اذ انه يعتبر من اقدم مربي النخل في البلاد . وقد التي في المؤتمر محاضرة عن تربية النخل في اسرائيل وانجازاته المهنية .

الجنة المحلية للتنظيم والبناء - اللد

اعلان وفقاً للبند ١٤٩ لقانون التنظيم والبناء - ١٩٦٥

يعلن بهذا ان السيد درعي ابراهيم قد قدم طلباً لفتح قاعة حفلات في شارع باركوكيا رقم ٣ بلوك ٣٩٥٨ قسبة من القسائم ٥٥ ، ٥٧ ، ٦٢ كل معني بايكاتشه مشاهدة الخارطة المذكورة دون مقابل في مكتب مهندس المدينة بلدية اللد خلال ساعات العمل العادية .

كل صاحب أرض ، بناء ، او اي ملك اخر والذي يتلصق انه متضرر من جراء الموافقة على الخارطة عليه تقديم اعتراضه الفملي الى اللجنة المحلية مع ذكر عنوانه الواضح .

تتم الاعتراضات خلال ١٤ يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان .

اللد في ١٠-١٠-١٩٧٧
ص. ايسكوفيتش
رئيس اللجنة المحلية للتنظيم والبناء

دعوة جامعة بن غوريون

لتبني بدو القتب

حيفا - من شفيق منصور - طالب السيد كمال منصور مستشار رئيس الدولة للشؤون العربية وعضو مجلس امان جامعة بن غوريون في القتب في الكلمة التي القاها أثناء التفتيش العام الذي اجراه اعضاء الجامعة في دورته السنوية الحالية بان تبني جامعة بن غوريون المواطنين البدو في القتب ولتد لهم يد المساعدة في المجالات العلمية والثقافية والصحية واجراء الابحاث المختلفة من احوالهم واهوائهم العامة بقصد رفع مستواهم في مختلف المجالات . كما دعا الجامعة الى تشجيع الطلاب العرب للانضمام للهيئات الدراسية فيها وتزويج دورات تحضيرية لهذه الغاية .

واشار الى ان عدد الطلاب العرب الذين يدرسون اليوم في جامعة بن غوريون قد وصل الى نحو مائة طالب وتزايد السيد منصور ادارة الجامعة ففتح حلقات دراسية للشؤون الشرق اوسطية وتعليم اللغة العربية والدراسات الاسلامية .

هذا وقد ابدى السيد يوسف كواح رئيس جامعة بن غوريون في مجال رده عن استناد الجامعة للاستجابة الى هذه الطلبات العادلة وتحقيقها على قدر الامكان . وما تجدر الانتباه اليه ان ابحاث جيل الاناء التي يشترك فيها اعضاء من اسرائيل والخارج ستمتد حتى يوم غد .

أحكام بالسجن على

متهمين أمنيين بالخليل

الخليل - ارسلت - قام حاكم الخليل العسكري صباح امس بزيارة تفقيد لبلدة يطا واجتمع نور وصوله مع رئيس واعضاء لجنة البلدية وبحضور عدد من رؤساء ووجهاء وشخصيات البلدة .

وقد بحث خلال هذه الاجتماعات مشاريع ونشاطات البلدة حيث قسم رئيس لجنة بلدية يطا الشيعي عبد الرحمن حجة عدة طلبات للحاكم العسكري بمناسبة هذه الزيارة منها : الموافقة على اقامة مشروع كبرياء للبلدة .

فتح وتوسيع عدد شوارع جديدة وزيادة عدد غرف التدرسيين بدارس البلدية المختلفة لواجهته التوسيعات للعام الدراسي القادم .

الاعراج من بعض الموظفين والسجناء .

استبدال قسم الهاتف القديم باخر جديد .

وقد وعد الحاكم بمطالبة وتفيذه في القريب العاجل .

انقطاع وقطع الجباية

يزورون مدرسة القيادة والاركان العامة

ثا ايب - قام امس امضاء الجباية الاسرائيلية الموحدة في بريطانيا وعددهم ٢٠٠ شخص بزيارة مدرسة القيادة والاركان العامة التابعة لجيش الدفاع الاسرائيلي حيث استمعوا الى محاضرات باللغة الانجليزية القاها عدد من كبار ضباط الجيش ، ثم اجتمع الضيوف برئيس اركان الجيش الجنرال مرمديني فور .

وهذا اليوم الثالث للوفد في البلاد وقد كرس كل الشئون التي تهم شمل زيارات للقيادة العسكرية حيث يجري تركيب الدبابات الاسرائيلية الجديدة « هيركوب » .

وفي المساء راقب عدد كبير من اعضاء الوفد رجال الدفاع المدني أثناء جولتهم في شوارع القدس لدة ساعين وسبقهم اعضاء الوفد اليوم بزيارة مؤسسات واجراءات وبيوت خاصة في الدار الرملة وبيت شيش .

وقد وصل اعضاء الوفد برئاسة رئيس الجباية في بريطانيا اليوم تروير تشين الى البلاد في مطلع الاسبوع الحالي ليشاهدوا من كتب احتياجات المجتمع في اسرائيل .

وسيجتمعون مع رئيس الدولة اليريفسور افرام كسيز ومع رئيس الحكومة السيد مناحيم بيغن والسيدة غولدا مير وبع رؤساء الجباية الموحدة في اسرائيل .

وفكر الفاظ ان ٢٩ كراجا ضخما ستبقى فصح السيارات ، وستتبع رسوم القصاص ٢٠ ليرة . واضاف ان تكاليف الحملة تبلغ حوالي ٢٠ الف ليرة .

ويذكر ان حصة ٥٨٨ حادث طرق وقعت في عام ١٩٧٦-٧٧ في القطاع كانت ٨٢ قتلا و ١٧٩ جرحا بجروح باعق و ٢٢٦ جرحا بجراح طفيفة .

اعلان حصر ارث

وردنا مضطبة موقعة من رئيس واعضاء مجلس محلي مجد الكروم تسهر بوفاء المرحوم محمود قاسم ابو ربحين بجله المرحوم بياروسج ١٢-١٢-١٩٧٦ وانصار اوله الشرعي والقانوني بزوجته وهيبه عيد ابو محين وبولاده منها وهم :

سميد ، فاطمة ، وليد ، زياد ، واداد ، رحين ، فيروز وعيشة لا غير ولا وارث للموتى سوى من ذكر .

غنى المرحوم مرامجة المحكمة الشرعية في عكا خلال ثلاثين يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان .

قاضي عكا الشرعي محمد حبيشي

أصوات حيكية

لشاه - بالقرع والنجمة - تسميري - فليزشتاين - تحتل بنين ٢ ثا ايب

وزير الزراعة يؤكد حتمية

زيادة سعر المياه للري الزراعي

هرتسليا - عتيم - أعلن السيد اريك شارون ، وزير الزراعة ليلة الاربعاء انه لن يكون هناك مفر من رفع سعر المياه للزراعة ، ذلك لانه ليس بالامكان الإبقاء على السعر الحالي للمياه . وكان السيد شارون يتحدث في مؤتمر اتحاد المزارعين الذي يعقد هنا .

وتحدث السيد شارون عن نزع الحمضيات « الشبوطي » الذي قد ينقر من جراء رفع سعر المياه فقال انه يجب الوصول الى منتج اوفر من اجل الحفاظ على الحمضيات وهي عماد الصادرات الزراعية الاسرائيلية .

ومن قروض التطوير الزراعي أكد وزير الزراعة انه أصدر تعليماته الى الجهات المختصة بالا يكون هناك تعاون زراعي مضمون الحقوق ، اي ان المزارعين سيحصلون على كافة الحقوق مثل سائر القطاعات الزراعية والعمالين الزراعيين . وأكد ان كل من يزرع من اجل التصدير فيحصل على قروض زراعية تطويرية .

وحول سؤال من مشكلة الوساطة الزراعية « الكومسيون » ، قال السيد شارون ان وزارته لا تعني بالتوسيع غير انها لن تتصل من مسؤولية ايجاد حل لهذا الموضوع من طريق تقصير المسافة بين المزارع والمستهلك .

حاكم عسكري الخليل

يعد بدراسة مطالب بلدة يطا

الخليل - ارسلت - قام حاكم الخليل العسكري صباح امس بزيارة تفقيد لبلدة يطا واجتمع نور وصوله مع رئيس واعضاء لجنة البلدية وبحضور عدد من رؤساء ووجهاء وشخصيات البلدة .

وقد بحث خلال هذه الاجتماعات مشاريع ونشاطات البلدة حيث قسم رئيس لجنة بلدية يطا الشيعي عبد الرحمن حجة عدة طلبات للحاكم العسكري بمناسبة هذه الزيارة منها : الموافقة على اقامة مشروع كبرياء للبلدة .

فتح وتوسيع عدد شوارع جديدة وزيادة عدد غرف التدرسيين بدارس البلدية المختلفة لواجهته التوسيعات للعام الدراسي القادم .

الاعراج من بعض الموظفين والسجناء .

استبدال قسم الهاتف القديم باخر جديد .

وقد وعد الحاكم بمطالبة وتفيذه في القريب العاجل .

انقطاع وقطع الجباية

يزورون مدرسة القيادة والاركان العامة

ثا ايب - قام امس امضاء الجباية الاسرائيلية الموحدة في بريطانيا وعددهم ٢٠٠ شخص بزيارة مدرسة القيادة والاركان العامة التابعة لجيش الدفاع الاسرائيلي حيث استمعوا الى محاضرات باللغة الانجليزية القاها عدد من كبار ضباط الجيش ، ثم اجتمع الضيوف برئيس اركان الجيش الجنرال مرمديني فور .

وهذا اليوم الثالث للوفد في البلاد وقد كرس كل الشئون التي تهم شمل زيارات للقيادة العسكرية حيث يجري تركيب الدبابات الاسرائيلية الجديدة « هيركوب » .

وفي المساء راقب عدد كبير من اعضاء الوفد رجال الدفاع المدني أثناء جولتهم في شوارع القدس لدة ساعين وسبقهم اعضاء الوفد اليوم بزيارة مؤسسات واجراءات وبيوت خاصة في الدار الرملة وبيت شيش .

وقد وصل اعضاء الوفد برئاسة رئيس الجباية في بريطانيا اليوم تروير تشين الى البلاد في مطلع الاسبوع الحالي ليشاهدوا من كتب احتياجات المجتمع في اسرائيل .

وسيجتمعون مع رئيس الدولة اليريفسور افرام كسيز ومع رئيس الحكومة السيد مناحيم بيغن والسيدة غولدا مير وبع رؤساء الجباية الموحدة في اسرائيل .

قانون التنظيم والبناء - ١٩٦٥

منطقة تنظيم محلية - القدس

اعلان حول اقرار تغيير خارطة هيكلية محلية

يعلن بهذا وفقاً للبند ١١٧ من قانون التنظيم والبناء لسنة ١٩٦٥ ان اللجنة اللوائية للتنظيم والبناء ، لواء القدس ، قد اقرت بواقعة وزير الداخلية تغيير خارطة هيكلية محلية مسماة : خارطة رقم ١٨٢٩ تغيير رقم ٧٥/١٤ لخارطة هيكلية محلية القدس وتغيير رقم ٧٥/١٤ لخارطة رقم ١٨٢٩ .

المساحات المشمولة في الخارطة : حي تل اروز ، بلوك ٣٠٢٤ ، جوسن القسبة ٢ ، بلوك ٣٠٧٩ جزء من القسبة ١٢ ، ساحات ٤ ، ٦ ، ٧ خارطة ١٨٢٩ ، بين شارع ابن هليل وشوارع عزرا تورا وحدود جنوبا .

ام اهداف الخارطة : « ١٦ » تغيير طابع المكان من منطقة عامة مفتوحة ومنطقة لاقامة مبان عامة الى مناطق موقعت ، مناطق تجارية « ٢٥ » توحيد المساحات ٦ ، ٧ وتقسيمها من جديد لخارطة ١٨٢٩ وفقاً للاهداف الجديدة .

وقد نشر بيان من ايداع الخارطة للتنظيم المرفق في الجريدة الرسمية رقم ٢٢٠٦ صفحة ١٠٧٧ يوم ٢٤-٧-٧٧ .

ان تغيير خارطة الكفورة بالشكل الذي اقتره اللجنة اللوائية مع التنظيم المرفق قد اذمت في مكتب اللجنة اللوائية المذكورة وفي مكاتب اللجنة المحلية للتنظيم والبناء القدس .

وكل معني بلبر الخارطة يتبعه الاطلاع عليها بدون مقابل في ايام وساعات الدوام .

١٩٧٧-٩-٢٦
رئيس اللجنة اللوائية للتنظيم والبناء لواء القدس

مصرف القدس يستقبل

رئيس البعثة الدينية الروسية

القدس - استقبل امس منصرف لواء القدس في وزارة الداخلية السيد رافئل ليفي رئيس البعثة الدينية الروسية الارثوذكسية في القدس الذي بدأ الان بممارسة اعماله .

وقد يهود المغرب

الى المؤتمر اليهودي العالمي بواشنطن

مطار بن غوريون - عتيم - غادر اليك امس السيد شارون بن سجون عضو اللجنة المركزية لليسندوت ورئيس الاتحاد العالمي لليهود متوجها الى باريس لتلقي وفد من اليهود المغاربة وشمال افريقيا للاشتراك في المؤتمر اليهودي العالمي الذي سيعتقد في ٢٠ تشرين الاول الجاري في واشنطن وهذه هي المرة الاولى التي يشترك فيها وفد من يهود المغرب في المؤتمر المذكور .

رحلات جماعية بين

ايلات وأربع دول اوروبية

القدس - تم اليوم اول رحلة جماعية مستجرة من ايلات الى ايلات وستكون هناك رحلة اسبوعية على هذا الخط . وكانت قد جرت قبل بضعة اشهر عدة رحلات تجريبية لعرفة مدى القناعة الاقتصادية من هذا الخط .

واعلم المسؤولون عن الاعلام في وزارة التجارة والصناعة والسليمة انه سبدا خلال الاسابيع القليلة رحلات جماعية بين ايلات وكل من النمسا ، الترويج وفلتندا .

تمارين للدفاع المدني

في جميع المدارس

القدس - أعلن الفاظ بلسان جيش الدفاع الاسرائيلي امس انه سيجري قبل ظهر يوم الثلاثاء القادم الموافق ٢٥ من الشهر الجاري ، في اطار شهر الدفاع المدني ، تمارين للدفاع المدني في جميع المدارس ورياض الاطفال في اثناء اليوم .

الحاجة ٢٣-٢٥ ألف عامل

لتشغيلهم في اعمال موسم الحمضيات

القدس - أعلن السيد شمعون فسرمن من مجلس تسويق الحمضيات ان الجيش يتوقع تصدير ٥٠٠ مليون صندوق من الحمضيات ، اي أكثر بحوالي ٣ ملايين صندوق عن الكمية التي صدرت عن العام الماضي ، وخاصة من التسويقي .

واضاف ان كمية التوظيفات والتسويق المتوقع تصديرها للمسلمين الحالي ان تزيد من الكمية التي صدرت في العام الماضي ، رغم ان كميته اقل من الكمية التي ارسلت حتى الان تبلغ حوالي مليون وربع مليون صندوق .

وقال السيد فسرمن ، الذي كان يتحدث في جلسة قيادة القطف التابعة لسلطة الاستخدام في مدينته راسه مدير عام الحمضيات السيد باروخ سكلاي ، انه لا يتوقع زيادة الاسرائيليين حتى نهاية العام الحالي ، وانه لن تكون هناك حاجة لعدد اكبر من العمال مما كان عليه في العام الماضي ، غير انه ستكون حاجة لزيادة العمال اعترافاً من مطلقه كاتون الثاني وحتى نهاية موسم الحمضيات في ايار القادم .

وقال السيد سكلاي ، ان تجنيد العمال لوسم القطف والتسويق يجري في ظروف تشغيل تام ، وحاجة تزيد من المستفيدين في عدد من القروى ، وخاصة في المنطقة الواقعة بين القدس والقدس المحتلة .

واضاف ان فلتني الطليبات من امكان العمل من الطلب من قبل العمال يبلغ ما معدله حوالي ٦٠٠٠ طليبة في الشهر ، ولهذا فانه يتوجب على صاحبها حتى ١٢٠٢٠ قفرا فقط .

تأجيل مناورة جوية

من امس الى اليوم

مطار بن غوريون - عتيم - تأجلت المناورة الجوية التي كان من المقرر ان يقوم بها سلاح الجو الاسرائيلي من يوم امس الى اليوم وكان من المقرر ان يطلع اهل الجبال الجوي الاسرائيلي بسبب ذلك من الساعة العاشرة صباحاً حتى الخامسة مساءً .

وعلم ان المجال الجوي الاسرائيلي سيطلق اليوم من الساعة العاشرة صباحاً حتى ١٢٠٢٠ قفرا فقط .

بلدية اورشليم القدس

محطة وقوف السيارات في المواقف البلدية بواسطة تذاكر الوقوف الى جمهور السواقين

ابتداء من يوم الثلاثاء ١١-١٠-٧٧ يكون الوقوف في المواقف البلدية من طريق تذاكر الوقوف والمواقف هي :

* بيت ههلمس - شارع هليل * غان ههلمسوت - شارع هليل * بيت ههلمسوت - شارع ههلمسوت * شارع شمسي

هذا بالإضافة الى محطة وقوف السيارات في شارع حراب كوك ، زاوية شارع ههلمسوت حيث تستخدم الان الطريقة الجديدة .

يمكن الوقوف في هذه المحطات لمدة ٨ ساعات بسعر ٨ ليرات . كذلك يوجد في اماكن بيع التذاكر تذاكر الوقوف لـ ٤ ساعات بسعر ٤ ليرات لهذا الغرض فقط .

كما يمكن اثناء الوقوف في المحطة استعمال جميع انواع تذاكر الوقوف (لساعة وساعتين وأربع ساعات) ولكن يمنع وضع بطاقتين على شباك السيارة اثناء الوقوف ، يرجى من السائقين تنفيذ التعليمات المعلقة على ظهر التذاكر .

دائرة الخدمات الهندسية دائرة تحسين طابع المدينة قسم الرقابة البلدية

قسم الاعلام والعلاقات العامة

الاسهم والعمل

انخفض امس الصعود العام لاسعار الاسهم بنسبة ٠.١ بالمائة . وكانت التطورات في جداول الاسهم المختلفة كما يلي :

الاسهم	التغير	السعر
الجدول العام	٠.١ -	٢٠٠٠.٦
اموال وتأمين	٠.٢٨ -	٢٠٠٠.٥
منها : بنسك تجارية	٠.٣٩ -	١٨٧.٥
بنسك لمرحيات	٠.٤٧ -	٢٤٨.٧٤
بنسك تمويل فرعية	٠.٢٢ -	٢٢٤.٣٨
شركات استثمار	٠.٢٤ -	٢٢٣.٥٧
صناعة	١.٥٢ +	١٦٨.٧
تجارة وخدما	٠.٢٠ +	١٧٣.٨٤
مقارنات ، اعمار ، وتطوير	١.٩٢ +	٢٤٤.٠٠

(عدا الحمضيات)
وقد كانت اسعار العملة في محلات الصرافة امس على النحو التالي :

ببيع	شراء
الدينار الاردني	٢٢.٨٠
الجنيه الاسرائيلي	١٨.٧٠
دولار شيك	١.٨٢
دولار نقدي	١.٨٧
مارك ألماني	٢.٧٧
فرنك سويسري	٢.٤٧
فرنك فرنسي	٢.١٥

محلات طاهر العيسوي وأولاده وشركاهم - البيرة هاتف ٩٥٢٦٢٥ و ٩٥٢٦٠٧

توزيع شهادات على أمعاء

وقاية وسلامة بالعمل في قطاع غزة

غزة - من بسم الشوا - نظمت دائرة الاستخدام التابعة لوزارة العمل في قطاع غزة محاضرة حول واجبات الوقاية في العمل ، وقد شملت استعمال الادوات الوقائية الشخصية المتطورة في العمل ، اطفاء الحريق ، الاسعافات الأولية ، وقاية بالكهرباء .

وتخلل هذه المحاضرة عرض سينمائي لواجبات الوقاية والسلامة في العمل بالإضافة الى اشتراك مندوبين من معهد الوقاية والسلامة .

كما حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

والذي يعني للحريجين بمجهزاتهم ان يكونوا امعاء وقاية وسلامة للحريجين في اثناء الوقاية في الاعمال التي يعملون بها ، بالإضافة الى اصنام العمل العادية .

وقد حضرها ضابط اطفائية غزة وطبيب من دائرة الصحة ، وحاضر من شركة كبرياء اسرائيل القصرية . وقد قام بتفصيل هذه المحاضرة ضابط ركن الاستخدام لقطاع غزة السيد نسيم عيري بالتعاون مع مؤسسة النجسين الوطني بمعهد الوقاية والسلامة وايضا قيادات القطاع الادارة بوزارة العمل .

كما اشترك في نهاية المحاضرة نائب قائد المنطقة الذي قام بتوزيع الشهادات على الحريجين والذي بلغ عددهم نحو ٢٠٠ شخصاً ، من بينهم : مدينتها .

باشراف: زياد صفوري

كل شيء

لاتخجلوا من الأطباء

منذ مدة، حضرت لميادني سيدة متوسطة العمر، تشكو من ورم في ثديها، فلما طلب منها أن تخلع ملابسها الخارجية، ترددت طويلاً مع أنه كانت ممرضة تساعدني في القمص .. ثم زعت ملابسها آخر الأمر وأغمضت عينيها، بينما رحت أقصها، وقد حششت أنودت في أحد ثديها ورماسخينا في مرحلة متقدمة جداً، لا بد أنها أصيبت به من مدة طويلة.

ولما سلكتها من آخر مرة فحصتها فيها طبيب العائلة، أجابت: منذ شهر مضى .. فقلت لها: وقد أزدادت دهشتي: هل تصفين بذلك ان الطبيب لم يلاحظ شيئاً غير مألوف في ثديك؟ فقلت: انني لم اسع له ان يرى شيء!!

ان نسبة كبيرة من الامراض الخفية تظهر عند النساء والرجال في مواضع من اجسامهم يخجلون من الكشف عنها، لا تدل الاصابات على ان حوالي ٨٠ بالمائة من حالات السرطان عند النساء تظهر في اعصابهن القاسية والفتية، ونحو ٢٥ بالمائة من هذه الحالات عند الرجال تظهر في اجاري البولية والخصية القاسية والشرج .. ويسوي الرجال والنساء في الخجل من عرض انفسهم على الطبيب، فنتفهم الحالة ويتعذر العلاج.

الغريب هذا

اختارها: ابراهيم شبانه - القدس

تبعها دقات قلبه .. وقال احد الصفيين الذين زاروه قلبه: عندما كان يخبر ارض حقيقته، وكان الصوت الخفيض رغباً شديداً، فحينئذ كان يصرخ في نفسه: "يا رب، اني اعيش حياة عادية تماماً، والشكر لله لانه لم يمسكني بمرض خطير، الا ان الخلقطة التي اصابني، قد انتقلت الى قلبه، ومن المثير ان هذا السر لم يكتشف حتى تلقيناها ولا نعود نتلاخها.

وصرحت ابنة عمه نائسي قائلة: .. اذا كان منظر مثير في احدى الروايات القليلة، فلما نطلب منه ان يجيب انفسه، لان الخلقطة في قلبه، هذه الحالات نعلم الا ان، ولكن ما هي الاثره قصيرة حتى تلقيناها ولا نعود نتلاخها.

وتبلغ هذه الخلقطة اشد ما عليها، يذهب الى ان تشاهده غلغم سيماني، فجميع الذين يجلسون قريبا منه يلحقون في البيت ضمن الساعة المخيفة .. وقد اخبره الاطباء اسبوعاً ان هذا السر، اذا اراد، صارت اميركي الصنع، ولكنه رفض مرضهم رفضاً باتاً، وقال: .. ان اسبح بملك حتى ولا في اقام، فبدون هذا القلب الخفق اعور واصبح نكرة مرة ثانية.

نقمة الجبال .. طلت «أودري هويت» النموذج الصفاء، وطفية ميمية في التلفزيون، ولما دعيت الى القليلة، رفض طلبها، حالاً لتلاها كانت اجمل من المطلوب، وحسب المسؤلون ان ريات البيوت ربما مقلتها!!

ولسبب ذاته خسرت الكريستينا الشراة، وظننها بعد ان اخبرتها لساندا في عرض بيت تولجي اميركي، في مدينة سوكولوم عاصمة السويد .. لان القائمين على ذلك العرض حسبوا ان جعلها سيدول الحسد في قلوب ريات البيوت الكواني لا يشابهها حسناً وجلاً .. ونتيجة لذلك رسا مرون عنها دون بلهين يعرضها، فما كان منهم الا ان طردوها ووقفوا بدلاً منها فتاة نقل عنها جلال.

كما ان شركة طيران اميركية وظفت فتاة ذات شعر اشقر شارب السي اللون اللاتيني بكلمة ذاكر نفسي مكتبة بنديروك، وبعد مدة قصيرة اكتشف المسؤولون انها كانت مدعاة استعصاف غيرها من الفتيات المراهقات، ان يمين ذاكر اكثر منها بكثرة، فاستغفروا من خدامها، غير ان الفتاة التي تشبه اليها اجبرت الشركة على قبولها ثانية في خدمتها، فاستندت اليها وقلية لا تلت انباء احد من لا يرغبون في شراة هذا الذكر.



زوجك يراقبك .. فاحذري

سينتي: تنبهي .. ان في بيتك (قريباً) يحصى عليك حركاتك، وسكناتك في الليل والنهار، فلا تجعله يأخذ منك فكرة غير طيبة، والا تبددت سماعتك، واصبحت حركاتك في خطر.

ويضاها - ولم فيما بينه وبين نفسه - بان زوجته جيلة .. وان كان جيلها الجول والاولا بين الزوجين، دعابة من معلم السعادة الزوجية، فان المرأة المحظوظة هي التي توفق عند اختيار الزوج او قبل الزواج، التي رجل جمع بينها وبينه وحدة الجمل والذوق .. وكثيراً ما يخفي الرجل وتغيبه المرأة عندما يستعد احدهما ان يوسعه التغير على خفي حياته لتعديل ميله ولتوافقها في تفضيلاته او ابعادها عن غيرها .. فان الوحدة المتكلمة نسي كل شيء، وخاصة في المتسامر والويل والرفيق تكد تكون مستحيلة، او على الأقل نادرة جداً .. ولهذا ينبغي عليك يا سيني ان تكوني السبيل الى مراعاة ما تتركه من وراءك زوجك ورفيقته.

انت السؤلة .. واذ كان من واجبك ان تحترسي هذه الميول والروايات، فان لكك يستعجب بالطبع الا تحولي ان تفرقي عليه شيئاً لا يدل اليه، وحاولي ان تشاركه فيما يدل اليه، والتعري وحك الى ما يريه من هويات، وبني شرب الا يكون في ذلك السرمان عنه هو ومن بقية واجباتك كزوجة وربة بيت.

وما ان اري انسان لا يخلو من عيوب ومن حسنات قد يعرف بعضها، وقد يجول البصر الاخر، فان ملاحظة زوجك في الشؤون الاولى لزوجاتها هي القرعة التي تجعل حياته، سوف والحبوب تدور لكيان وتظهر بعد ان كانت خفية، ومن هنا ينبغي ان تكوني حريصة في سلوكك وتصرفاتك، حاولي ان تجلسي التي تشرع فيها، ان تكوني فرجة دون تدخل .. ليق في كل احاديثك، وعندما تتحدثين عن زوجك، او تروين نادرة او تكتة سمعتها، به، كوني صريحة مبدية مع الجميع، غير ان تتركى بلخاً قد يأخذ عليك زوجك، فتهيك باليك تبيان الى حب القهور ولدت الانتظار.

احذري الاخطاء الصغيرة .. وانت قبل الزواج حرة في ان تتكلمي ما قد يكون نيك من عيوب، اما بعد الزواج فقد اصبح واجباً عليك ان تتكلمي من عيوبك، من اجل نفسك ومن اجل زوجك، ومن اجل ابتلاك. ولا تسي ان تبلي عناء خاصة بالاور الصغيرة، فهي التي تلت نظر الزوج قبل الامور الكبيرة، والمادة انه في بداية الزواج تعني الزوجة بان تلت ايقية رشيقة بيبة الفكر لتسي تلسر قلب زوجها، وتلقها كثيرا ما تخرج الى الاحمال فيما بعد فلا منها ان الزوج قد اصبح ذلك الاسير الذي ان يلات من السائل، وهي في هذه الحالة تكون مخطئة بلا شك .. والواجب ان نقل على عهدنا في العناية بانفسنا وجملنا، ونحافظ على المعادلات التي جرت عليها في بداية زواجنا.

التفاهم والانسجام .. ومن التباه الذي نتج لك الاحتفا بعب زوجك، الا تطلي الهاء نسي الفرائض عند الصباح بجدة انك ممتدة، بل انه يسي ورسعي شريك، واصلي من هذابك .. ان زوجك يجب ان يراك منذ اللحظة الاولى من ساعات يومه في حلة من البهاء ترضي نظره، ومخلفته، وكبراه، لانه يسعد

الطريق الى السعادة

السعادة هي اكثر حالات الانسان ندرة، واقفها على الوعي والادراك .. وتتوقف السعادة الدائمة في الواقع على قدر التضج الذي كان باستطاعة الانسان ان يجعده .. والبعض منه يأتي من التعاسة الشديدة التي مرت في حياته .. انها نتيجة عناصر متزايدة بما فيها قدر يسير من التكيف او التدريب، لان السعادة تتطلب عملاً متيراً الى حد ما .. انها تتصل اتصالاً وثيقاً بالقدر على العمل وبالاهتمام المتقصر بالعالم الذي يحيط بك .. انها ايضا جزء من تقدير منطقي لاسباب التسلية والمزلة.

والعلاقة بين السعادة والتفجع تتخطى ادراك عدد كبير من الباحثين او الفقيدين في السن الذين يعتقدون ان السعادة هي ايام الصبا والتهيب وانها تتصل بالمرور .. الا ان الواقع يختلف من ذلك، فالسعادة لا تنحصر في من مدينة بل على العكس نجد ان الخلل والاولاد لا يمترون سوى نزوات من السعادة لا تدوم، وان السعادة الحقيقية لا ترسخ في تنوسهم الا بعد ان سترت شخصيتهم في انماط مسكية نافذة.

وقد وصف بعض الفيلسوف انفسهم باتهم سعادة، وفي الواقع ان ما يعولونه هو نوع من الحياة الشخصية .. فهم يشعرون بالسكين وهي تدور على رتبة واحدة دون اي اجاز يستدق الفكر .. ذلك انهم في غلب الجوانب بقبول الحالات المسكية، ووجنون على المشروبات الروحية، ويترابرون كثيرا، بنية اخفاء مرازهم وحياتهم الملم .. وهم يمتسرون الشخوة كارة فاحدة لحام مزيف من احوال السعادة.

والامر الحقيقي نكراً ما يلق نفسه على الواقع، الذي هو في ذاته، توفيق بيني وبين، التي هي في ذاتها، في عالمي، او على محبة الله، او على سبيله، على علم القدر .. بينما السبب الحقيقي يعود الى تفك حياته، وعدم خاشعته .. فهو مقيم في عواطفه، عاجز عن اعطاء الخدمه، او في حبه .. وقد كتب - فيونو دوايت - عندما كان رئيساً لجامعة يال: يقول: .. ان الشخص السعيد هو ذلك الذي يفرح بالتضيق لسعد الانعام ..

وقد اكتشف احد علماء النفس، وكان يجري اختباراته على اكثر من ٥٠ شاب، وبان تحديد درجة سعادتهم، وبان السعادة والصحة النفسية عاملان لا يتصلان في غلب الجوانب .. فالتفاس السعداء نارا ما يمتسون، واذا مرضوا فقمهم يتعاقبون بوقت اسرع، حتى يتلون انثار السنين قبل ان يفرح، وهم يمتسون بيشرة صافية وبقية متصبية .. لا عجب في ذلك، فقد كتب «دافورين» يقول: .. ان السعادة الحقيقية لا تتصل بالثمن والجاهل، بل بمرور الفكر عبر العقل ..

والغريب في الامر انه ليس هناك سوى علاقة تبادلية بين الفصح والسعادة .. لان السعادة الهادئة المعينة كلما توسل الفصح او البكاء فهي متصلة في الانسجام على الشعور الشخصي والصدق في تحقيق الذات.

وقد قال مرة احد الحكماء القريين: ان الرجال الحكماء يشعرون بالسعادة لانهم لا يتبعون ما يريهم اي شيء الا فيسعدوا والحق: ان السعادة هي ان يكون المرء قادراً على ان يتبع ما يريه من عيوب، اما بعد الزواج فقد اصبح واجباً عليك ان تتكلمي من عيوبك، من اجل نفسك ومن اجل زوجك، ومن اجل ابتلاك. ولا تسي ان تبلي عناء خاصة بالاور الصغيرة، فهي التي تلت نظر الزوج قبل الامور الكبيرة، والمادة انه في بداية الزواج تعني الزوجة بان تلت ايقية رشيقة بيبة الفكر لتسي تلسر قلب زوجها، وتلقها كثيرا ما تخرج الى الاحمال فيما بعد فلا منها ان الزوج قد اصبح ذلك الاسير الذي ان يلات من السائل، وهي في هذه الحالة تكون مخطئة بلا شك .. والواجب ان نقل على عهدنا في العناية بانفسنا وجملنا، ونحافظ على المعادلات التي جرت عليها في بداية زواجنا.

تدل الحياة، لان السعادة ليست حالة ثقيلة بل شعور دائم .. نعم الجبال والقرع والتكائن في جميع الكائنات الحية، ولا تخفى من استنفاد نفسك، وابعد عن التخلي، فما من شيء يقتل السعادة بل خلق شعور القرح ليمر اخر .. وما اصدق قول «الهرم»:

.. ان السعادة هي برهان على النجاح الجزئي، او الكلي في فن العيش .. وعلى الرغم من ان هناك بعض القامحات الكاملة، الا ان السعادة ليست فنا مستحيل.

عن: مطالعات (كل شيء)

السورة الذابذة

للشاعر السوري: كمال فوزي الشراي .. او هكذا في اوج قصتنا، لم تبق لي من حينا شيا في صورة ارنو لها شغفا، ونضوي نجواها لياليا، وعشع مسحورا ينهيا، انا بعد حيك لم اعد احيا، وفتت رمادا بين جنبيا، حتى رسائل حينا احترقت.

لم الفوى يرتف في شفتي، وجداثي؟ كم كنت تشعرا، انسيت اترك كنت تعذبني، انسيت كليات بنسا اشتعلت، انا بعد حيك لم اعد احيا، وفتت رمادا بين جنبيا، حتى رسائل حينا احترقت.

اليوم حين فتحت من ضجري، الفيت فيه وردة ذبلت، اهديتها لسي ذات امسية، ونسيت بخلها لخفا، جورة كانت .. انكرها؟ كم كنت تهوى الورد جوريا، قبلتها في شوق والهة، وضمتها ما، بين كفا، دفن الشتاء زهور موسنا، ورحلت لا لم تبق لي شيا، لم تبق الا وردة ذبلت، وغمامة تكسي بعينها.

مهمتي الامتحانات

يامحة الامتحان، ما اتعسك محنه با قاتله نوم السواد، والفتقتين احنا يا قايده نار انتظارك في جوارحنا يا ريت هناك على قد الشقا، الا .. تشككي اشهر، وفرحك يوم .. اذا فرحنا

دكتور سعيد عبده - القاهرة

الرياضة

مباريات الدورى ليوم السبت القادم

تجري يوم السبت القادم
مباريات الاسبوع الثالث للحدوري
الممتاز في كرة القدم وستتبارى
الفرق على النحو التالي :

على ملعب العاصمة : بينار القدس
- مكابي يافا
على ملعب يهود : هوبويل يهود -
هوبويل تل أبيب
على ملعب بئر السبع : مكابي نسل -
أبيب - بينار تل أبيب
على ملعب كريات اليميزر بحيفا :
هوبويل حيفا - هوبويل القدس
على ملعب بئر السبع : هوبويل
بئر السبع - مكواح رمات غان
على ملعب נתانيا : مكابي נתانيا -
هوبويل عكا
على ملعب فيعتام : شمشون تل
أبيب - هوبويل الخفيرة .

وفي نطاق الدوري للفرق
القطرية ستتبارى الفرق على
النحو التالي :

هوبويل طيرات هرمل - مكابيه
بنيت تقا على ملعب كريات اليميزر

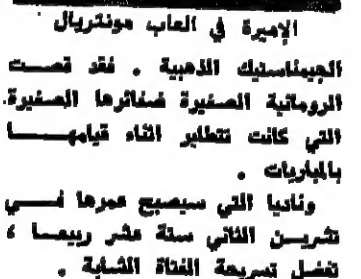
على ملعب كثر سمع : هوبويل
كثر سمع - هوبويل المغولة
هوبويل حصور : بينار حصور
- هوبويل طرعان
على ملعب دالية : هنصير دالية -
هوبويل طبريا
على ملعب صور شالوم : ابنساء
شفا عمرو - مكابي صور شالوم
على ملعب شفا عمرو : مكابي شفا
عمرو - مكابي تل خان
على ملعب بن عسي : هوبويل شعب
- مكابي بن عسي
على ملعب ابو إسنان : هوبويل ابو
سنان - هوبويل الكسر
على ملعب عكا : شباب عكا -
مكابي سفنين
على ملعب نانا بن حيفا : الاوهة
حيفا - بينار دالية الكرمل
على ملعب حليسه : هوبويل حليسه
- هوبويل دبرابه
على ملعب مين مائل : هوبويل
عين مائل - هوبويل كثر كسا
على ملعب حيفا : بينار حيفا - بينار
العمل الناصرة

بحيفا
هوبويل رمات غان - مكابي حيفا
على ملعب فيعتام
ريشون نصيون - هوبويل נתانيا
على ملعب נתانيا
هوبويل اشود - مكابي رمات
عميدار على ملعب اشود
مكابي شحرايم - هوبويل كثار
ساي على ملعب شحرايم
هوبويل حولون - هوبويل بيت
تيسس على ملعب هولون
وهوبويل بنيت تقا - بني يهودا -
تل أبيب على ملعب بنيت تقا

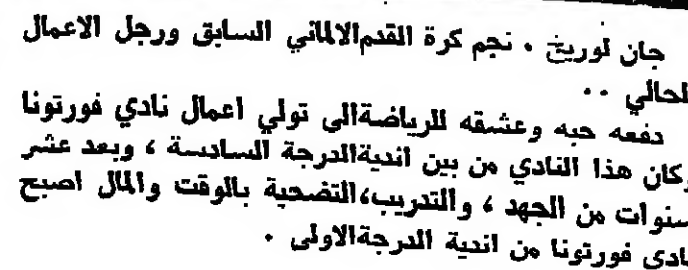
وفي نطاق الدوري لفرق
الدرجة الأولى ستجري يوم
السبت القادم ١٤ جولة
وستتبارى فريق هوبويل شباب
الناصره على أرض ملعبه مع
فريق شوعيل تل خان -
والجدير بالذكر ان فريق هوبويل
شباب الناصرة كان قد خسر مباراة
الكلبي مع فريق تل حنان يوم السبت
الماضي ، باربعة اهداف مقابل هدفين .

تقص خفائرها

انه الوجه الجديد لناديا كوماتيتسي
الاميرة الصغيرة لاعاب مونتريال
الاولية ، التي حازت على ميدالية



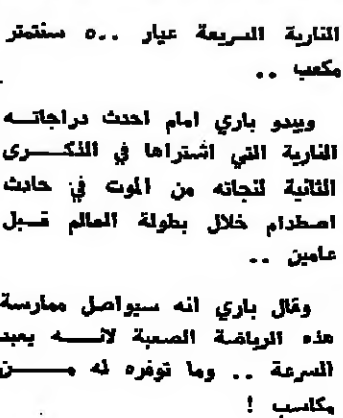
لاعب الشطرنج السوفياتي يوريس سباسكي كان الخس من النظار بعد
سنة بعد فوزه بطول العالمية أمام اللاتيفي بوبي فيش عام ١٩٧٢ ..
ورفته تلك الوقت خسر فيشر لقبه سباسكي انتقامه من الخفاق عنه أمام
باب سوفيها هو اللاتفي كاروف ٢٧ سنة -
لكن سباسكي الذي تزوج فرنسيسكو فيش معها حاليا أجازه في فرنسا
مكتن للعودة إلى الحياة ورسمًا استعادة لقبه العالمي إذا استطاع
بطلي الأجازة الجري ليويس - سوفيها ..
وإذا أذاع عليه سبكي بأنه خسر أمام خزان قبل مواجهة كاروف .. فهل
سكت حله أم يتكون ماكنه الثاني ؟



٢ - مكابي تل ابيب - بيتار تل ابيب .. ميلادة دربي مشيرة وقوية
لنوا اخوان مكابي تل ابيب بطل الدور
الاول اضواء وقوع مفاجأة تسادل
الشفقة على عائلته

■ باري شين الانكليزي فاز مست

رات ببطولة العالم للدراجات



٢ - شمشون تل ابيب - هرويل
الخضيرة .. فوز شمشون جاتز .
٣ - هرويل حينا - هرويل
القدس . الاول بيتع مرش الدورى
والثاني فاز يوم السبت الماسى على
بطل الدورى مكابي تل ابيب .. مباراة
« عوبسة » اذا لم شته بفوز حينا
فقد تنتهى بالتعادل
٥ - هرويل بحر السبع - مكواح
رمات غان .. اعتقد بفوز بحر السبع
٦ - مكابي نفتاليا - هرويل عكا

٧ - بشار القدس - مكابي يافا
بقيادة اوري ململيان تؤدي الى نصر
بشار في الجبارة .

٨ - هوبويل طيرات هكرمل -
مكابي يبيح تكفا .. اذا لم تنه
الجبارة بفوز مكابي يبيح تكفا فانها
تنتهي.

٩ - هوبويل رماح فـان - مكابي
 حيا .. نتيجة تعامل مقبولة .
 ١٠ - ويشون لتسيون - هوبويل
 نتانيا .. نفيسة موقومة .
 ١١ - هوبويل أشود - عبيدار .
 يستغل فريق أشود لمصلحة وجهه
 في مباراته البعيدة من أجل الفوز
 باللقائين .
 ١٢ - مكابي شعرايم - كفار سابا
 .. اقول بفوز كفار سابا ، والبقيا
 على ماتم .
 ١٣ - هوبويل حولون - بيت
 شيشي .. فوز حولون .
 تمنى لجميع المشاهدين في المباراة
 التمتع والفوز بالجائزة اللبية .

ملف تركات رقم ۷۷/۱۲۱۱

١٢-٧٤ .
 القاضي : محمد احمد مجادلة
 عدوة
 لا كان معلوما بقته قدم طلب لهذه
 محكمة لاصدار امر بيمين عن تركه
 وحوم ، المتكثور اعلاه ، فقتلي ادمه
 اكل شخص يتركي ان له قحا
 ماله في هذه المحكمة ويود الاعتراض
 يقدم اعتراضه لهذه المحكمة خلا
 سنة عشر يوما من تاريخ النشر
 لا لان هذه المحكمة سمعته الا
 في تراه مناسباً .
 قاضية مسجلة

— ما هو القلب الرياضي وهل يختلف عن قلب الإنسان العادي الذي لا يمارس الرياضة ..

إن القلب مثل محرك السيارة للسيارة التي تسير بسرعة ٢٠٠ كيلو متر في الساعة ، تختلف من السيارة التي تسير بسرعة ١٠٠ كيلو متر في الساعة ، فالقاربي يحتاج لقلب قوي وغضن يحمل الجهد الذي يتكبله بينما تحتاج الثانية لحرك أقل قوة وجهدا .. وبذلك هناك اختلاف بين السيارتين وكذلك فإن هناك اختلاف بين قلب الإنسان الرياضي والإنسان العادي

لما تؤد الرياضة للقلب رياضي وأخر

تطلبه من مجهود عضلي .

فوقية القلب كما نعلم هي اتصال الدم وخفه وتوزيعه عن طريق الأوردة والشرايين في كل أجزاء الجسم ، ومنها العضلات التي تستهلك كميات كبيرة من البروتينات والسكريات والبيتاينات الموجودة لتقوم بما يطلق عليه القشاش الحركيكي ..

ما قلب الإنسان العادي فيختلف عن قلب الرياضي سواء في فترة الراحة والاسترخاء أو أثناء بثل مجهود عضلي منهف ..

ونوع الاختلاف وكيفيته

— بالنبية لضع الدم .. نجد أن الشخص العادي يرفع نسبة متوسطة

خس لترات من الدم في الدقيقة الواحدة بينما يدفع القلب الرياضي وقت الراحة والاسترخاء حوالي تس لترات فيسي

الدقيقة الواحدة وترفع قوة الدفع في حالة القيام بمجهود عضلي تتراوح بين ٢٠ و ٤٠ لترا في الدقيقة .

بالنبية لعدد ضربات القلب بالنسبة للشخص العادي نسبة متوسطة ٧٠ ضربة في الدقيقة ، بينما تصل عدد ضربات القلب الرياضي وقت الاسترخاء إلى ٦٠ ضربة وقد تنقص من ذلك أحيانا مما يدفع البعض إلى الاعتقاد " خطأ " بأن أكثر إقبالاً العام المختلفة مرضى يعانون من داء

[illegible]

سلسلة إيجابية من التجارب القاسية. على النقط التي تثير دلائل على السيارة وسائقها. فيما وراء تلك السيارة هناك و هو الأشخاص تضم مهندسي الدراسات ، الذين يسعون ليل وراء الجديد "المثير" في سيارة على النقطة التي النقطة على الآخر مع مناقشة قضية اللحد

الجزيرة التي يمكن أن تخلص
نفسهم، وفي ذلك يكلف
طالعة، ومن المستحيل تخيل
خطوة إلى الأمام دون مساهمة
من الشركات.

في أول سباق لها هذا العام
السبيرة «لبيبي ماترا» المر
السبيرة، ولا شك أن ذلك يبرز
من قلق المساهمين في تمويل
وبمزالق الثقة في نفوسهم.

انتصار لبيبي ماترا في سباق
لم يكن متوقعا أبداً قبل نهاية
الاختبارين كانت سبيرة اللؤلؤ
على السبيرة الفرنسية والكاس
المعلم اندريو تيريزي وقتا
مستحقا القصر نفسه من المال
أن توقفت سبارنه بسبب استو

في سباق أسبانيا الكبير عاكسهما
الظروف حيث حلت في المرتبة الثانية
شرة، أما في بليبيكس حلت في المرتبة
الثالثة، ثم في المرتبة الرابعة فيسباق
موناكو، واحتلت نفس المرتبة في سباق
السويد الكبير. أما في دورة فرنسا
الكبرى للسبارات فقد جاءت في المرتبة
الثانية عشر في سباقها الثاني وبريطانيا
استحوذت السبيرة الفرنسية منها
لصعوبات ميكانيكية ناجية.

في سباق المكسيك حلت السبيرة
الفرنسية ثانية بما أعاد الثقة لمن
نفوس جاثمة، لكنها استحوذت بعد
ذلك في ثلاثة سباقات في هولندا وكندا
والولايات المتحدة.

في نهاية عام ١٩٧٦ حلل ثلاثة من
سباق إيطاليا كبير وسابعة في سباق

أما أرقام الجهود العنيفة فتتوقف
ضربات القلب على مدى الجهد العضلي
المتحمل ، فمقياس عدد ضربات القلب
في أوقات القيام بالجهود العضلية
انضج :

في سباق ١٠٠ متر عدوا
تراوح عدد ضربات القلب بين
١٤٠ - ١٦٠ ضربة في الدقيقة ، وهذا
فترة تصل إلى ١٠ ثوان فقط بالنسبة
للإخلاء العام .

في سباق ٤٠٠ متر عدوا
تصل ضربات قلب المتسابق إلى ٢٠٠
في ٢١٠ ضربات في الدقيقة بسبب
ارتفاع معدل التنفس .

خروجها
السرعة كانت شديدة على جدران
اللويس الذين لم يكونوا يتوقعون هذا
حدث مثل هذا الأمر ذلك ان المصادف
جرت ان يسار الى امداء خزانة
الذين ان اخرها تحسبا لزيادته
السرعة التي تلام خلال السباق

السؤال الذي يطرحه بهندس
لوس لا يزال دون جوابه - لانهم
لا يعتقدون ان خزانة السيارة تشرع
في المحركات خلال السباق - فليس
ان الكلية التي تعمله تكفيها للتحرك
السباق كلها - ولذلك فهم يجهزون
وجود تربة في طيبري قد يكون
خطا في كسرهم بغير السرعة لكن هذا
في يقول ان لكل حلبة سباق تنسب
استهلاكها تختلف عن الحلبة الاخرى
اسميا هذا الحلفك مايو اندوتي
حكه في الاقتراب من بطلي السباق
جودي شوت ويكي لودا - والمهندس
خاص بعد خاض من هذه المصارف
يو وكارلوس روتمان على متن سيارته
هيرايز الذي بدد في اعتلاله المرء
التيه الاقرب كثيرا من البكلين

الترتيب كان كما يلي جودي شك
٢٢ نقطة - بيكي ٢١ نقطة -
كارلوس روتمان ٢٠ نقطة - اسيد
مايو اندوتي فيمثل المرتبة الرابعه
٢٠ نقطة - لكن المراقبين يتوقعون
ان تشهد السباقات القادمة نفس
بين ايطل العالم وبين اندوتي بعد
التيت سيارته لوس قدربها الهائل
على التراب والحدت

« و.ص.ف »

في سباق خمسة آلاف
وعشرة آلاف متر عدوا

بلاطه ناه بعد فترة من ارتفاع
عدد الفترات إلى اقصاه بعد بداية
السباق مباشرة تومع انقضا مرة
اخرى تصل الى ١٢ - ١٥
ضربة في الدقيقة بسبب طول المسافة
التي يجدها الجهد الجهد ينقصا
بعد فترة من بداية السباق ..
وهذا لانحلال في السباق قلبي
الرياضي تصل إلى اثني عشر د لهما
اثناء وقت الاسترخاء وترفع بشكل
واضح اثناء القيام بالجهد .. كما هو
١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠ ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠ ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠ ٤١ ٤٢ ٤٣ ٤٤ ٤٥ ٤٦ ٤٧ ٤٨ ٤٩ ٥٠ ٥١ ٥٢ ٥٣ ٥٤ ٥٥ ٥٦ ٥٧ ٥٨ ٥٩ ٦٠ ٦١ ٦٢ ٦٣ ٦٤ ٦٥ ٦٦ ٦٧ ٦٨ ٦٩ ٧٠ ٧١ ٧٢ ٧٣ ٧٤ ٧٥ ٧٦ ٧٧ ٧٨ ٧٩ ٨٠ ٨١ ٨٢ ٨٣ ٨٤ ٨٥ ٨٦ ٨٧ ٨٨ ٨٩ ٩٠ ٩١ ٩٢ ٩٣ ٩٤ ٩٥ ٩٦ ٩٧ ٩٨ ٩٩ ١٠٠

أما سبب ثاوث عدد ضربات القلب ووجهه وزنته وثقوة ضغطه فيعود إلى: القلب: ويكوّن ثلثي حجم الإنسان البالغ وابتوسجين أكثر من الشخص العادي حتى يسهل نفثية العضلات وتوسعته ومن المجهود الجمل الحاصل وأنها تخرق كيات كبيرة من الغذاء الموجود بالمعدل ويلاحظ أن ثبات ضغط الدم لا تعود إلى محلها الطبيعي بعد مجهود كبير إلا بعد فترة ٠٠ تبعه ١٠٠ متر عدوا تستعد نبضات قلب الرياضي إلى معدل الطبيعي وقت الاسترخاء بعد مجهود كبير تصل إلى نصف ساعة أما لاعب كرة القدم فإن قلبه يعود إلى معدل الطبيعي بعد فترة زمنية تقلر بساتينها بالتسلسل لحجم القلب وقوتها تجد بأن قلب الشخص العادي يزور في المتوسط ٣٥. غراما ويكون حجمه في المتوسط بحجم حجم اليد ، أما قلب الرياضي فيكون وزنه ٠٠ غراما ووجهه أضخم هذا الحجم وتشتط ويكفل تكون نبضاته هارت والجدير بالذكر أن اللاعب الرياضي يصاب بانخفاض في ضغط الدم بمرور ٢٠ عاما بعد الامتناع لأنه يتوقف عن ممارسة الرياضة ، وهذا شديد لأن القلب يعتاد على المجهود العنيف وانتقاله من فترة الشباب والنشاط إلى الخمول والاسترخاء وقد ينكس إلى ضغط الدم الخاص وأن فترة القلب وشغلها تتوقف عن زيادة التمرين وممارسة الرياضة ، تكا زاد التدريب كلما قوي القلب وقل عدد ضرباته .

البحث صلة

سيورتوتو

**هذا الاسبوع
الجوائز الكبرى**

الحد الأدنى للجائزة الاولى
١٦٠٠.٠٠ ر.ليرة
بما في ذلك التحويل

الحد الأدنى لمجموع الجوائز
٢٧٥٠.٠٠ ر.ليرة
بما في ذلك التحويل

اليوم: اخر موعد لتقديم التماذج

**اعملها عادة وابذلك مشروع
وعسى سيورتوتو كل اسوع**

بحسب تنظيم المراهقات في المراهقة

ایڈیٹور

اربع سنوات مع وقف التنفيذ
غرامة قدرها ٥٠٠٠ ليرة وس
رخصة سياقته لمدة ثلاث سنوات
اعترف الجندي بالنتم التي وج
ومنها سرقة بضائع تبلغ قيمتها
ليرة ونقل هذه البضائع الى
لبيعها .

التيركة بسند أزمة الشرق الأوسط .
وكانت طرق العمل قد سلمت سابقا
والطراف المعنية في وقت مبكر
من هذا الشهر ولم نرد البلدان العربية
عليها حتى الآن . ولتكرت صحيفة
«الاهرام» ١٠ امس الاول ان مصر ستبدأ
تعميلا اميركيا لورقة العمل .

[illegible]

بئر السكة ، مصر
٢ - كفر قاسم ، جلجولو
الطيرة ، الطيبة
مقليلية ، قلنسوة

٢ - كثر قاسم ، جلجولية
الطيرة ، الطيرة ،
قلقيية ، قلنسوة .

الاميركة بصدد أزمة الشرق الاوسط
وكانت ورقة العمل قد سلمت الى
الاطراف المعنية في الأزمة في وقت
من هذا الشهر ولم نرد البلدان الع
عليها حتى الآن . وثقرت صحيف
« الإهرام » أمس الاول ان مصر ت
تعيدا امريكا لورقة العمل .

فل الأيبي - عتيب - حكيت اميد
حككة الصلح هنا على جندي سد
على حاوت في كتاب بونا بالسنج
اربع سوات مع وقف التنفيذ وورود
غرامة قدرها ٥٠٠ ليرة وصف
رخصة ساقته لده ثلث سنوات
اعترف الجندي بالتم التي وجهت
وبها سزائع تبلغ قيمتها ٢٠
ليرة ونقل هذه البضائع الى طرول
لبيمها